

Школа

МБОУ Верхнебемыжская ООШ

Отд./корп

День

18.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П00214	омлет натуральный	250	25,46	472	25	41	5
	гор.напиток	Ф00615	чай с сахаром	200	1,96	28	0	0	14
	хлеб	1	хлеб пш.	60	4,94	142	5	0	30
				510	32,36	642	30	41	49
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		салат из моркови с изюмом	150	2,27	198	2	8	36
	1 блюдо	Ф00116	суп с рыбными консервами	250	15,92	171	11	7	17
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое	П00440	напиток из кураги	200	7,94	119	1	0	28
	хлеб бел.	1	хлеб пш.	80	6,59	189	6	1	40
	хлеб черн.	2	хлеб рж.	60	4,30	120	4	1	25
					37,02	797	24	17	146
				69,38	1439	54	58	195	